

# Werdenden Müttern die Ängste nehmen

Erstellt 27.02.2013



Eine Praxis-Gemeinschaft haben Doula Kathrin Knobloch (l.) und Hebamme Maya Santarossa in Sürth.

## **Früher gebaren Frauen im Kreise anderer Frauen. Solchen, die bereits selbst Kinder zur Welt gebracht oder Erfahrungen mit Geburten hatten. Väter hatten hier nichts verloren. Heute kommen Babys in Krankenhäusern auf die Welt. Von Verena Schüller, Köln.**

Früher gebaren Frauen im Kreise anderer Frauen. Solchen, die bereits selbst Kinder zur Welt gebracht oder Erfahrungen mit Geburten hatten. Väter hatten hier nichts verloren. Heute kommen Babys in Krankenhäusern auf die Welt. Die werdenden Papas sind dabei natürlich willkommen.

Aber wieso nicht das Beste aus beiden Zeiten? Sogenannte Doulas lassen die alte Tradition wieder aufleben. Sie sind geburtserfahrene Frauen, die die werdenden Eltern in der Schwangerschaft und bei der Geburt begleiten. Das Wort leitet sich aus dem Griechischen ab und bedeutet „dienen“.

### **Kontinuierliche Betreuung auch während der Geburt**

So verstehen sich die Doulas auch als „Dienerinnen“ der Frau. Dabei werden sie aber nicht medizinisch tätig, sondern unterstützen auf verschiedene Arten und helfen, wo sie können. Auch während der Geburt bleiben sie kontinuierlich dabei. In den vergangenen Jahren haben sich immer mehr Frauen zu Doulas ausbilden lassen, allein in Köln gibt es mindestens drei.

Eine von ihnen ist Kristina Wierzba-Bloedorn, sie ist auch Gründungsmitglied des Vereins „Doulas in Deutschland“. Die gelernte Erzieherin bekam 2004 und 2007 ihre beiden Söhne, nach der Erfahrung ungeplanter Kaiserschnitte ließ sie sich 2008 zur Doula ausbilden. Inzwischen bildet sie selbst aus: „An mehreren verlängerten Wochenenden verteilt auf ein Jahr erlernen die angehenden Doulas beispielsweise Methoden der natürlichen Schmerzlinderung oder Tipps zur Gesprächsführung.“ Praktika gehören ebenfalls dazu.

„Es geht darum, die Mutter zu bemuttern“, fasst es Wierzba-Bloedorn zusammen. Ganz individuell werden die Schwangeren rundum betreut. „Die Gebärende ist die Königin“, sagt auch Anette Heidkamp. Die 52-Jährige gelernte Krankenschwester ist seit 2009 als Doula tätig. „Wichtig ist, dass die Chemie zwischen der Gebärenden und der Doula stimmt“, so die vierfache Mutter. So kam es dazu, dass sie auch für ihre Kollegin Wierzba-Bloedorn zur Doula wurde, als diese im Januar ihre Tochter Johanna zur Welt brachte. „Das würde ich wieder so machen“, sagt Wierzba-Bloedorn. „Ich war einfach nicht alleine.“



„Die Mutter bemuttern“: Doula Kristina Wierzba-Bloedorn (l.) hat sich bei der Geburt ihrer Tochter Johanna von Kollegin und Freundin Anette Heidkamp unterstützen lassen. (Fotos: Gauger)

Auch Yara Zimmermann war froh, dass sie neben ihrem Mann noch eine neutrale Person dabei hatte, als sie im vergangenen Juni ihren Sohn Flynn gebar. Eine sehr lange und komplizierte Geburt, Wierzba-Bloedorn sei mehr als 24 Stunden als Doula dabei gewesen. „Für uns war es das absolut Richtige“, sagt Zimmermann (35). Die Doula habe Stabilität gebracht, sich gekümmert und eine vertrauensvolle Atmosphäre geschaffen.

Doch die Arbeit der Doulas stößt auch auf Skepsis, weil sie in Deutschland noch nicht so bekannt ist. Die meisten Hebammen wiederum sehen die Arbeit der Doulas als Ergänzung und Entlastung, sagt Nitya Runte, Vorsitzende des Vereins „Hebammen für Deutschland“. Seit Jahren kämpft sie um bessere Verdienste und Bestimmungen für Hebammen. Eine kontinuierliche Geburtsbegleitung könne immer weniger geleistet werden. Deswegen sei an der Ergänzung durch eine Doula nichts auszusetzen: „Es ist immer gut, wenn sich die Frauen Unterstützung suchen.“

### **Leistung wird nicht von der Krankenkasse bezahlt**

Ein Beispiel für Ergänzungen zwischen Hebammen und Doulas ist auch die Praxis-Gemeinschaft, die Kathrin Knobloch und Maya Santarossa Anfang des Jahres in Sürth gegründet haben. Knobloch, 32 Jahre alt und zweifache Mutter, hat im vergangenen Jahr ihre Doula-Ausbildung gemacht und bietet sowohl Geburtsbegleitung als auch -coaching als Vorbereitung an. Ihre Aufgabe sieht sie vor allem darin, „die Kräfte, die die Frauen in sich tragen, zu mobilisieren“. „Ich möchte die Frauen darin unterstützen, dass die Geburt etwas ganz Natürliches ist“, sagt sie. Es gehe darum, den Frauen die Ängste zu nehmen.

Bei Santarossa absolvierte sie ein Praktikum. „Für mich war das zunächst auch etwas Neues“, sagt die 44-Jährige, die seit 1993 als Hebamme tätig ist, über die Arbeit der Doulas: „Ich empfand es aber schnell als schöne Ergänzung.“ Die steigenden Anforderungen und schweren Bedingungen für Hebammen überforderten den Beruf, so die fünffache Mutter: „Da ist es schön, wenn man nicht alleine dasteht und die Familien zusätzlich mental unterstützt werden.“

Die Leistung der Doulas wird nicht von der Krankenkasse übernommen. Die Treffen vorher, die Rufbereitschaft, die Begleitung während der Geburt sowie Nachtreffen kosten rund 450 Euro. Für Frauen, die sich dies finanziell nicht leisten können, gibt es diverse Finanzierungsmodelle und Unterstützungen.

### **Kontakt**

Der Verein „Doulas in Deutschland“ ([www.doulas-in-deutschland.de](http://www.doulas-in-deutschland.de)) wurde 2008 gegründet und hat zurzeit rund 80 Mitglieder. Interessierte können sich hier oder bei der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung (GfG) zur Doula ausbilden lassen. Doula Kristina Wierzba-Bloedorn arbeitet von Dünnwald aus, ihre Kollegin Anette Heidkamp von Porz. Weitere Infos im Internet unter [www.doula-kristina.de](http://www.doula-kristina.de) und [www.doula-koeln-porz.de](http://www.doula-koeln-porz.de). Doula Kathrin Knobloch ([www.kathrin-knobloch.de](http://www.kathrin-knobloch.de)) hat dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr eine offene Sprechstunde, Hebamme Maya Santarossa ([www.hebamme-santarossa.de](http://www.hebamme-santarossa.de)) donnerstags von 17 bis 18 Uhr. Ihre Praxisgemeinschaft befindet sich im Pfarrheim St. Remigius, Sürther Hauptstraße 130, über dem Kindergarten.